

## 「ATMで還付金手続き」はすべて詐欺

### 還付金詐欺の手口

- ①市職員・銀行員などを名乗り電話をかける。
- ②お金（医療費・保険料・年金など）が戻ってくると騙す。
- ③「ATMで手続きできる」とATMに行くように指示する。
- ④携帯で通話しながらATMを操作させ、預金を振り込ませて騙し取る。

市職員や金融機関がATMに行くように指示することは絶対にありません。



還付金詐欺と思われる電話や相談を受けた場合は、下記へご連絡ください。

#### ■問合せ

- 市消費生活センター ☎23-7316
- 高萩警察署 ☎24-0110
- 警察相談専用電話 ☎#9110
- 二重電話詐欺通報専用ダイヤル ☎029(301)0074

## 子宮頸がんワクチン接種



■問合せ 健康づくり課 ☎24-2121

子宮頸がんワクチンの接種勧奨を再開します。  
12歳・16歳になる女子には、接種勧奨の通知を3月下旬に郵送しています。その他、接種を希望する下記の対象者は、予診票を発行しますので母子手帳をお持ちになり、健康づくり課でお申し込みください。

- ▶対象者 小学6年生～高校1年生の女子
- ▶接種期間 小学6年生の4月1日～高校1年生になる年度の3/31まで
- ▶費用 無料  
※期間内に市の予診票を使って接種した場合
- ▶場所 市内7カ所の医療機関  
※予診票発行時にお知らせします。

接種勧奨を差し控えている間に接種対象となっていた平成9年度～17年度生まれの女子も接種対象となりますので、順次、通知を郵送します。

▶接種期間 4月～令和7年3月

## 健康コラム

### 「コレステロール値について」

当院の健康管理センターでは、毎年6000人以上が人間ドックや成人病健診などの健診を受診されています。皆さんが健診の結果で気になる項目の一つにコレステロール値が挙げられると思います。

一般的には「コレステロール＝肥満の指標」というイメージを持たれるかもしれませんが。健康管理においてコレステロール値が重要視される理由は、動脈硬化を引き起こして血栓ができやすくなり、日本人の3大疾病である脳梗塞や心筋梗塞の誘因となるためです。

健診の結果に記載されるコレステロール値は「中性脂肪」「LDLコレステロール」「HDLコレステロール」「総コレステロール」があります。

中性脂肪が多すぎると肥満や脂肪肝の原因になります。LDLコレステロールは動脈硬化を進める働きがあり、逆にHDLコレステロールは動脈硬化を抑える働きがあります。総コレステロールはコレステロールの総量であり、HDLコレステロールが多い場合も数値が上昇するため一概に高すぎは良くないとも言えません。

また、中性脂肪やLDLコレステロールが低すぎて健康を害することもあります。コレステロール値のバランス調節が大切であり、食事と運動が重要となりますので健診の際にはご相談ください。

東北医療センター高萩協同病院 健康管理センター看護師 たきた かつみ 瀧田 克己

# すこやか

～「すこやか生活」たかほぎFMで放送中～  
毎月第2火曜日の12:00～13:30。  
今回のテーマは「子育て世代包括支援センターすくすく」です。 76.8Mhz

■問合せ 健康づくり課 ☎24-2121

## 各種がん検診の予約開始 要予約



定期的ながん検診は、がんを早期発見し適切な治療につながります。下記の予定を確認し、忘れずに予約しましょう。年齢は令和5年3月31日現在。

集団検診で使用できる子宮がん検診クーポン（H13.4/2～H14.4/1生まれの女性）、乳がん検診クーポン（S56.4/2～S57.4/1生まれの女性）は、6月ごろに郵送します。

▶申込方法 市ホームページ、電話（☎24-2121）、健康づくり課窓口（総合福祉センター内）で申し込み。

### 集団検診

検診名	対象者	検査方法	日程	料金	申込期間
子宮がん	20歳以上	子宮頸部の細胞診	5/12(木)・14(土)・16(月)・18(水)・20(金)	1,400円	4/12～26
胃がん	40歳以上	レントゲン撮影	6/17(金)・18(土)・20(月)・22(水)・23(木)・27(月)・28(火)・29(水)	1,700円	4/19～5/13
大腸がん	40歳以上	便潜血検査(2日間採取)	健康づくり課で平日9:00～17:00 土9:00～正午に容器を受け取り。 【配付日】6/9(木)・10(金)・11(土)・13(月) 【提出日】容器配付時にお知らせ。	600円	4/19～
胸部CT	50歳以上	胸部CT撮影 ※2年連続「異常なし」の人を除く。	5/17(火)	3,800円	4/7～22
乳がん	30歳以上	詳しくは、10月ごろにお知らせします。			

### 医療機関で個別検診

検診名	対象者	検査方法	医療機関名	料金	申込期間
子宮がん	20歳以上	①子宮頸部の細胞診 ②子宮体部の細胞診	・東北医療センター高萩協同病院 ※頸部のみ ・北茨城市民病院	①2,500円 ②4,200円	4/1～R5.1/31
乳がん	30歳～39歳	超音波(年1回)	・東北医療センター高萩協同病院 ・北茨城市民病院 ※マンモグラフィのみ	1,700円	4/1～10/30
	40歳～59歳	超音波(年1回)/マンモグラフィ(2年に1回)			
	60歳以上	マンモグラフィ(2年に1回)			

S37.4/2～S57.4/1 生まれの男性へ

## 大人の風しん抗体検査 クーポン利用延長

対象者へ郵送済のクーポン券は、利用期間が令和7年3月31日まで延長になりました。あなたと生まれてくる子どもたち世代を守るために、風しんの抗体検査と予防接種を受けましょう。

## 4月の健康カレンダー

会場：総合福祉センター  
予約：健康づくり課 ☎24-2121

行事内容	実施日	時間	対象者
健康相談	8(金)	8:45～11:00	市内在住の希望者
こころの相談 (精神保健相談員等の相談)	15(金)	9:30～12:00	市内在住の希望者(*予約制)
健康・歯科相談	25(月)	8:45～11:00	市内在住の希望者(*歯科相談のみ予約制)